

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua merupakan proses yang terus menerus terjadi secara alamiah. Dimulai sejak lahir dan dialami oleh semua makhluk hidup. Proses menua setiap individu tidak sama cepatnya. Perubahan-perubahan biologik yang terjadi pada usia lanjut akan mengakibatkan kemunduran-kemunduran pada fungsi organ tubuh serta adanya perubahan pada pola konsumsi gizi (Depkes RI, 2006). Pertumbuhan penduduk lansia semakin meningkat, pada tahun 2010 penduduk lansia mengalami peningkatan sebanyak 9,7% dengan usia harapan hidup 67,4 tahun, dan pada tahun 2020 diperkirakan jumlah penduduk lansia di Indonesia akan mencapai 28,8 juta orang dengan peningkatan 11,3% dan usia harapan hidup 71,1 tahun (Nugroho, 2008).

Perlu perhatian khusus dalam pemberian nutrisi pada lansia, nutrisi yang optimal merupakan kunci bagi kesembuhan penyakit, khususnya pada lanjut usia dengan masalah multi patologinya yang secara langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi asupan zat gizi dan menimbulkan berbagai macam masalah gizi (Purba, 2005). Pengaturan jumlah makanan sebagai sumber energi harus mengandung semua unsur gizi, seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin air dan serat dalam jumlah yang cukup sesuai dengan kebutuhan lansia serta harus seimbang dalam komposisinya (Maryam, 2008). Pola makan yang tidak seimbang antara asupan dengan kebutuhan baik jumlah maupun jenis makanannya dapat menyebabkan kegemukan atau obesitas (Nugroho, 2008).

Obesitas atau kelebihan berat badan disebabkan karena pola konsumsi yang berlebihan terutama makanan yang banyak mengandung lemak, protein dan karbohidrat yang tidak sesuai dengan kebutuhan. Kurangnya aktivitas merupakan faktor utama yang menyebabkan berat badan berlebih atau obesitas (Almatsier, 2011). Hasil dari Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa adanya peningkatan obesitas pada lansia. Pada tahun 2007 terdapat 14.8% lansia dengan IMT >25.0 dan naik menjadi 32,9% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013)

Hasil penelitian Mainake (2012) menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi lansia di Kelurahan Mapanget Barat Kecamatan Mapanget Barat Kota Manado. Penelitian Ade dkk (2013) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara frekuensi konsumsi karbohidrat dengan status gizi. Penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa seseorang yang frekuensi mengkonsumsi nasi tinggi merupakan salah satu penyebab kejadian obesitas pada responden. Hasil penelitian Dara (2011) menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara asupan lemak dengan status gizi manula di Kelurahan Balla Kabupaten Enrekang.

Gaya hidup masyarakat di perkotaan termasuk dalam gaya hidup yang kurang baik hal ini dikarenakan aktivitas fisik yang kurang dan pola makan yang salah yaitu sering mengkonsumsi makanan dengan cara pengolahan yang digoreng. Berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan, diketahui posyandu lansia Wedra Utama merupakan posyandu di daerah perkotaan yang paling aktif dan memiliki peserta paling banyak di wilayah kerja Puskesmas Purwosari, dengan 46.42% lansia mengalami obesitas pada kegiatan posyandu bulan Maret 2016.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Asupan energi, karbohidrat dan lemak dengan status obesitas pada lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari”

B. Masalah Penelitian

Perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan asupan energi, karbohidrat dan lemak dengan status obesitas pada lansia di posyandu Lansia Wedra Utama Purwosari”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan asupan energi, karbohidrat dan lemak dengan status obesitas pada lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan asupan energi lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari
- b. Mendeskripsikan asupan karbohidrat lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari
- c. Mendeskripsikan asupan lemak lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari
- d. Mendeskripsikan Status obesitas lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari
- e. Menganalisis hubungan asupan energi dengan status obesitas pada lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari

- f. Menganalisis hubungan asupan karbohidrat dengan status obesitas pada lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari
- g. Mennganalisis hubungan asupan lemak dengan status obesitas pada lansia di posyandu lansia Wedra Utama Purwosari

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Kesehatan

Institusi yang terkait yaitu bagi Dinas Kesehatan Kota Surakarta. Hasil penelitian ini dapat sebagai masukan bagi Dinas Kesehatan dalam perencanaan dan evaluasi program gizi serta kesehatan usia lanjut.

2. Bagi Posyandu

Hasil penelitian ini dapat sebagai masukan bagi Posyandu untuk selalu memperhatikan status gizi lansia

3. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada lansia tentang pola konsumsi yang baik.